

# Stress – ein ernsthaftes Problem

**Krankheit** | Gut 80 Prozent der Erwerbstätigen fühlen sich gestresst. Zu diesem Resultat kommt eine Untersuchung bei 900 Arbeitnehmern.

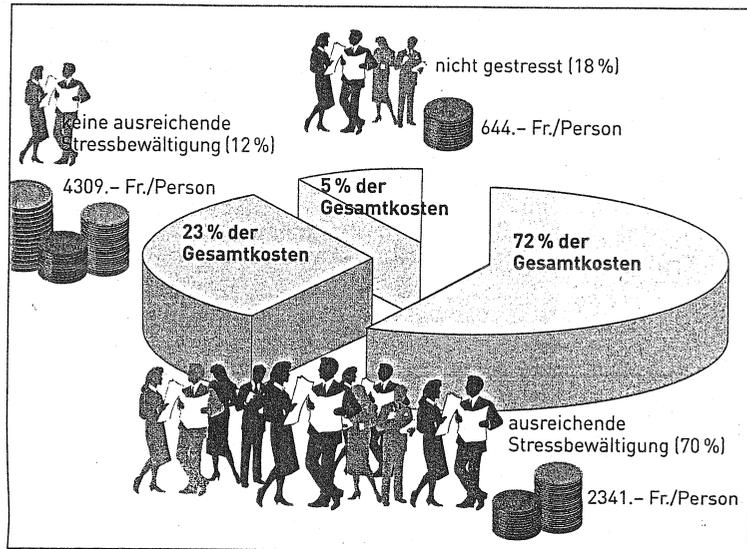
VON CORINNE MAURER UND REMI BUCHSCHACHER

**WIE PRÄSENTIERT SICH** das Ausmass von Stress in der erwerbstätigen Bevölkerung und wie hoch sind die dadurch verursachten Kosten? Diesen Fragen geht eine im Auftrag des Staatssekretariats für Wirtschaft (seco) durchgeführte Studie nach. Die Resultate sind ernüchternd und machen deutlich, dass Stress keine Modeerscheinung ist, sondern vielmehr ein ernsthaftes Problem in der heutigen Arbeitswelt.

Die grosse Mehrheit der Befragten – 82,6 Prozent – fühlt sich gestresst. 70 Prozent geben aber an, dass sie ihren Stress beherrschen und dass sie bei guter Gesundheit sind. Das viel erschreckendere Resultat aber ist: Mehr als ein Viertel der Untersuchungsteilnehmer fühlt sich oft oder sehr oft gestresst. Unter ihnen kann eine besonders gefährdete Gruppe identifiziert werden, zu welcher rund 12 Prozent der Befragten gehören. Zusätzlich zum häufigen Stress können sie diesen nicht bewältigen. Sie empfinden ihre Gesundheit als schlecht und sehen sich dadurch gezwungen, Medikamente einzunehmen, medizinische Hilfe zu beanspruchen und ihre beruflichen und privaten Tätigkeiten einzuschränken.

Interessant zeigt sich zudem der Geschlechtervergleich: Frauen sind stressgeplagter als Männer. Zudem sind jüngere häufiger gestresst als Personen zwischen 45 und 65 Jahren. Ebenfalls im Vergleich Deutschschweiz/Romandie zeigt sich ein Unterschied: Die Romands leiden häufiger an Stress als die Deutschschweizer.

Hellhörig machen sollte die Studie auch wegen der aufgezeigten stressverursachten Kosten: Die gesamten Kosten für die arbeitsbedingten und gesundheitlichen Beschwerden – Arbeitsunfälle und Berufskrankheiten inbegriffen – werden auf rund 8 Milliarden Franken geschätzt. Das entspricht 2,3 Prozent des Bruttoinlandsproduktes (BIP). Davon entfallen 4,2 Milliarden Franken – 1,2 Prozent des BIP – auf die direkten Stresskosten. Wer den Stress nicht bewältigen kann, beansprucht medizinische Hilfe, nimmt Medikamente und fällt aus dem Produktionsprozess. Die Kosten für Arztleistungen werden auf 1,4 Milliarden Franken geschätzt, jene der Selbstmedikation auf 348 Millionen Franken. Hinzu kommt, dass Stress wegen Absenzen am Arbeitsplatz rund 2,4 Milliarden Franken kostet.



Stark unter Stress leidende Personen, die ihn nicht bewältigen können (12 Prozent der Befragten), verursachen mit 4300 Franken pro Kopf oder 23 Prozent der Gesamtkosten die grössten Ausgaben. Die grosse Mehrheit der Befragten, die angeben, mit ihrem Stress gut umgehen zu können, und deshalb auch keine Gesundheitsbeschwerden kennen (70 Prozent), beanspruchen beinahe drei Viertel der gesamten Kosten. Sie verursachen pro Kopf jährlich 2340 Franken. Im Vergleich dazu liegen die Kosten der Gruppe der Nichtgestressten bei 640 Franken pro Kopf oder 5 Prozent der Gesamtsumme.

Ein Vergleich mit früheren Studien macht deutlich, dass die arbeitsbedingten gesundheitlichen Beschwerden zu-

genommen haben. Sowohl die Personen, die sich über Stresssymptome beklagen, als auch diejenigen, die sich bei schlechter Gesundheit fühlen, nehmen zahlenmässig zu. Erklären lässt sich diese Tendenz zwar teilweise durch eine Zunahme der Ansprüche an die ärztliche Versorgung. Der Einfluss ungünstiger Arbeitsbedingungen darf aber dennoch nicht unterschätzt werden. Insbesondere die Verdichtung der Arbeit, der steigende Arbeitsrhythmus, der Zwang zum Umlernen sowie die Umstrukturierungen in den Betrieben können für die Zunahme der gesundheitlichen Beschwerden verantwortlich gemacht werden.

Dass Stress ein ernst zu nehmendes Problem mit steigender Tendenz ist,

verdeutlicht auch die Untersuchung der stressverursachten Symptome, wie Rückenschmerzen, Nervosität, Verspannungen im Nacken und in den Schultern sowie Neigung zu kalten Händen oder Füssen. Der Vergleich mit früheren Studien zeigt eine Zunahme der Häufigkeit fast aller Symptome. Die Anzahl der Personen, die oft oder sehr oft diese Symptome verspüren, hat in den vergangenen 15 Jahren stark zugenommen und sich bei gewissen Parametern sogar verdoppelt. Heute leiden Erwerbstätige vermehrt an muskulo-skelettalen Beschwerden sowie an Nervosität und Reizbarkeit. Generell kann zudem gesagt werden, dass, je gestresster sich die Befragten fühlen, desto akzentuierter die Symptome werden.

Obwohl der Stress vor allem den Arbeitsbedingungen angelastet wird, spielen die Arbeit selbst sowie das Arbeitsumfeld oft eine wichtige Rolle bei der Bewältigung des erlebten Stresses. Die Studie zeigt einen statistisch signifikanten Zusammenhang zwischen empfundenem Stress und fehlender gesellschaftlicher Unterstützung. So sind beispielsweise von den Personen, welche nie von ihren Vorgesetzten unterstützt werden, fast 38 Prozent oft oder sehr oft gestresst. Personen, welche sehr oft Unterstützung durch ihre Vorgesetzten erleben, sind demgegenüber lediglich zu rund 21 Prozent gestresst. Auch scheint die Unterstützung aus dem beruflichen Umfeld – wie Vorgesetzter oder Arbeitskollegen – eine wichtigere Rolle bei der Stressbewältigung zu spielen als die Unterstützung durch Familie und Freunde.

## DIE STUDIE

### REPRÄSENTATIVE STICHPROBE

Bei der im Auftrag des seco, Direktion für Arbeit, Ressort Arbeit und Gesundheit, von einem Forscherteam aus Genf und Neuenburg durchgeführten Untersuchung wurde eine repräsentative Stichprobe von 900 Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern aus allen deutsch- und französischsprachigen Kantonen über ihre **persönliche Stresssituation** und zu den daraus resultierenden **gesundheitlichen Folgen** befragt. Der Fragenkatalog war so gestaltet, dass Quervergleiche mit anderen Studien möglich sind.

Zur expliziten Erfassung der durch Stress verursachten Kosten wurden in einem zweiten Teil der Studie 150 Teilnehmer aus der Romandie ausgewählt. In einem vertieften Interview in ihrer Wohnung wurden sie befragt nach:

- den Belastungen und dem Umgang mit Stress,
- dem Gesundheitszustand,
- der Einnahme von Medikamenten und der Beanspruchung medizinischer Leistungen (Erfassung der Kosten anhand von Quittungen),
- den Fehlzeiten am Arbeitsplatz aus gesundheitlichen Gründen.

Mit diesen Daten wurden die **Kosten** der gesamthaft beanspruchten **medizinischen Leistungen** (Spitäler, Ärzte, Medikamente, Physiotherapeuten, Laboranalysen), der Selbstmedikation sowie die Folgekosten verursacht durch Fehlzeiten und Produktionsausfall evaluiert. Die so gewonnenen Resultate wurden zu einer Abschätzung der gesamten finanziellen Kosten von Stress bei der Gesamtheit der Berufstätigen in der Schweiz hochgerechnet.

